風采

FEMININ

新马销量 No.1 华文杂志
No.1 Circulation Chinese Magazine

493
10/8/2008
ISSN 0128-911X



9 770128 911007
西马 RM7.50
东马 RM10.60

風采30
真情

COVER STO
萧亚
不顾一
去

9刀断孽债
痴恋契仔
情杀疑云

Drove 4 Kids
亲手送4孩子赴黄泉
To Death

患癌医
走
死亡幽

Bill Gate
捐全副身家
引退微软

随书附送：
南风小册子
(只限南马)



梁朝伟·刘嘉玲
5千万婚礼大解剖

Dine With VIP 名人饭桌

撰文■食公子
·大马美食家、SCF 首席执行员






森美兰最高统治者
端姑查法殿下
DYMM Tuanku Jaafar Ibni Almarhum Tuanku Abdul Rahman
- 出生于 19/7/1922 雪兰莪巴生
- 第 10 届最高元首（26/4/94–25/4/99）
- 森美兰第 4 任最高统治者（8/4/68 至今）



清粥是殿下早上的主食之一。

森州最高统治者 一碗粥启动新一天

即将办86岁华诞的查法殿下，对食物的要求并不高，早上会吃些白粥和杂锦式水果饮料，即启动一天的生活。对殿下而言，三餐以浅尝为主，一旦养成习惯，必万寿无疆。

最高统治者，不一定指最高元首。森州最高统治者，端姑查法殿下的父亲，是马币中肖像那位皇者，即历史伟人，我国第一任最高元首端姑阿都拉曼。

能够有机会受到赏识，替森州最高统治者工作，是荣誉，也是恩眷。何况，查法殿下在我之前，从未邀请过任何中文媒体面唔。

进到皇宫，最大得益，是见识。听殿下畅谈皇室生活和国外的阅历。这方便殿下委任我的特别事务，为端姑出传记，做记录参考。

召见前，必须学习皇家礼仪，衣著规矩整齐，黑色西装，戒黄、金、紫等色的服饰。

这时候，端姑穿着一件灰色西装，领一众官员进厅。古色古香的大门里，陈设堂皇，橱柜不乏精品，而皇位就摆在中央。门外守卫森严，几个警官制服悍然，不时探头望进。

大家毕恭毕敬，直到端姑走到我面前，站定，我双手合掌，顶在鼻梁，行个宫廷礼道：”Ampun Tuanku, Apa khabar Tuanku?” 握过手后，殿下满脸笑容的望向我：“Baik”，等到殿下就坐后，才能坐下。

松了口气，我开始打量，殿下并没有报纸上刊登的照片那么严肃。面对殿下时很亲切，那种感觉；是由殿下和蔼的笑容而来，再由风趣的谈话所组成，给人有种说不出的舒服，这可能和他早年留洋英国，所受的教育有关。



食公子伉俪在皇宫与查法殿下合照。

查法殿下对食公子推广本地饮食的贡献及在社会的卓越服务，做出赞扬。





食公子在 Dato Lee 的安排下，获殿下同意，受委替森州最高统治者出书、写传记。

咖喱鸡是殿下最喜欢吃的食物。





拉茶是殿下每日的必须品。

鸡肉有助消化

依照审阅过的问题，缓缓的问："殿下即将办86岁华诞，但身体还很结实，精神饱满，是如何保养？"略停半响："不知殿下平日喜欢做些什么运动?"

端姑道："只要是运动我都喜欢，羽球、壁球、曲棍球等。目前较常打九个洞的高尔夫球。"

我想了想又道："不知殿下平日吃什么食物养生？"他闭上眼睛，大约两秒钟才睁开来："我对食物的要求并不高，三餐大致相同。早上会吃些白粥和杂锦式水果饮料，最爱是苹果汁。"

我嗯了一下，心中暗道："苹果生于树上，不受污染，用打磨机搅成汁，摄取里头的抗氧化剂，多喝，会呈现在皮肤上。"这是我的经验，难怪殿下的气色那么好，富光泽。

讲到白粥，每个煮法、吃法都不同，有糜烂，也有像稀饭。殿下较喜欢粥，煲得口感一粒粒，配小菜吃后，即展开忙碌的一天。

"因为米是亚洲人的主食，以淀粉质最多。其他如蛋白质、脂肪等含量也不少，具有降低胆固醇、清肠胃、预防脚气等症。难怪殿下这把年纪，还能享受青年时挥高球杆的兴趣。"

说罢叹了口气："86岁，还能如此健康。有多少人能比得上端姑？"

略略的转过头，这时，内侍捧着些精致糕饼和茶具进来，是拉茶和一些咖喱角、小蛋糕。

只听端姑继续道："中午随意吃，但茶点一定要有拉茶。至于晚上的饮食份量，刚刚好就够。很喜欢吃咖喱鸡及一种叫Kebab的马来小食。"看了我一眼，微微颔首。

或者殿下觉得鸡肉的营养高，便于上了年纪的人消化吸收，对保持精神安定及维持体力有益处，不愧素有"健康白肉"的美誉，我像在自言自语。

接着补充道："像殿下这种饮食态度最正确。早上要吃得丰富，中午简单，晚上少食。以浅尝为主，一旦养成习惯，万寿无疆。"

微服出巡亲子民

问起端姑和皇后的感情生活，大家都哈哈笑起来。只听殿下说："我们是在日本时期结婚。"略停了停："当时，局势很乱，为了保住皇后，也学人早结婚，算起来已有65年了。"

讲到这里，我不禁耸然动容。由于这个原因，所以乱世，才会有所谓至死不渝的爱情。终一生，始终没有过变异的情形，极其珍贵，值得用各种形式歌颂之。

"看着殿下性情毕露，言语别出机抒，想必父母的管教甚严。"这是我无法想象的教育。

端姑笑了笑道："不妨告诉你，父皇对我的管教如你所说，很严。赞成体罚，坏蛋就要鞭。"

我陡地一惊："养不教，父之过。试问，是不是从儿童到青年时期，必须遵守，才会把人磨练成熟？世上的父亲都是如此。为的，就是怕孩子重复自己经历过的惨痛经验。往后，孩子才会明白父母的苦心。"

端姑听我这么说，点了点头，我才又问："对于皇储，公主的管教，也是不是这样严格？"

"是的，管教孩子要严格，该勤奋读书，鼓励多参加各类活动，增广见闻。就算有不完美的事态发生，也可以用知识去克服困难。"

咀嚼着端姑所说的话，不经意拿起银匙，放入印有皇室图案的白瓷杯，搅着拉茶，提起闻了闻，吃口，嗯，极润滑。这刻，我脑中有了概念。

拉茶在民间普通，但来到皇宫，一如人的命运，高尚起来。再说，能陪端姑饮茶，更加是常人想都不敢想的犒赏。

望着端姑，不禁好奇的问："殿下常会和子民接近吗？"我这样问，目的是想说明，以端姑如此尊贵的身份，会不会也学戏里的皇帝，微服出巡？想象力丰富吧！

这时，在旁的机要秘书Dato Haji Abdullah替端姑回答了："有啊，除了每日在外的皇室活动，不忙碌时，端姑也会到外头喝喝拉茶，买些臭豆。"把在座的人，都逗了。

我微笑再问："平日殿下有什么消遣？"端姑沉默片刻："喜欢看运动节目，时而找些好友，做自由快乐的集体回忆。又或以新闻时间，来填补短促的休息。"

殿下当过大学校长，办过教育的端姑，是最高统治者，也是富豪。如果以文字来形容是："气有皇道，才有睿智"。讲地位，臣民都视他为民族象征。当做九五至尊，皇权的代表。

作为一个明君，端姑查法表示，虽然现在正值百物通膨的年代。但要寻找满意的生活，并不是不可能。只要肯辛勤工作，安守本分，生活好转，也就在情理之中。

森州皇宫

